

الفصل الحادي عشر

مرحلة المراهقة

المراهقة تشير إلى تلك الفترة التي تبدأ من البلوغ الجنسي حتى الوصول إلى النضج. فالمراهقة إذن تشير إلى فترة طويلة من الزمن وليس لمجرد حالة عارضة زائلة في حياة الإنسان. فالمراهقة عبارة عن مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرجولة، وهي تمثل مجموعة من التغيرات التي تحدث في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، ومجموعة مختلفة من مظاهر النمو التي لا تصل كلها إلى حالة النضج في وقت واحد⁽¹⁾.

وهي مرحلة خطيرة.. بل هي الأخطر في حياة الإنسان..

وهي المرحلة الأصعب التي تواجه الآباء والمربين، واجتياز الشاب لهذه المرحلة بسلام يؤذن بأنه سوف يمضي في حياته صحيح النفس سوي الشخصية. وقد لا يخرج الشاب من هذه المرحلة سليماً معافى.. مما سيترتب على ذلك أoxم العواقب على التكوين النفسي والسلوك الاجتماعي للشباب⁽²⁾.

في هذه المرحلة.. لا يكاد الفتى يعرف نفسه.. فهو طفل في تصرفاته.. ورجل في مشاعره وأحلامه.. كما أن التعامل معه في غاية الصعوبة.. إذا عاملته كطفل غضب وأبى، وإذا عاملته كرجل قسوت عليه وحملته ما لا يطيق.

بعض الدارسين يحدد مرحلة دقيقة للمراهقة.. والأمر متعذر على الأغلب، فالمراحل متداخلة، والتغير لا يحدث فجائياً إنما بالتدرج. ويختلف الأمر من فتى إلى آخر.. ومن بيئة إلى أخرى.. ومع ذلك فهذه المرحلة ميزات نفسية واضحة، أهمها: عدم الاستقرار، والقلق، والرغبة بالاستقلالية.

(1) سيكولوجية المراهق المسلم المعاصر - د. عبد الرحمن العيسوي، ص: 11.

(2) تربية المراهق - محمد جمال الدين محفوظ، ص: 5.

من الخيال إلى الواقع

مرت على الفتى فترة في بداية طفولته كان فيها خيالياً جداً، فهو من فرط حيويته وسعة خياله يضيف الحياة على كل شيء حوله . .

فحصاه حصان . . يسرع إذا ضربه . . ويصهل إذا انطلق معه . .

ولعبتها . . زميلة لها . . تحدثها فتسمع . . وتحاورها فتأنس للحوار . .

في مرحلة المراهقة يحدث انقلاب في نفسية الطفل . . يضعف عنده الخيال . . وتبرز الحقيقة، ويصبح الفتى واقعياً يريد أن يعرف كل شيء على حقيقته .

أصبح يعرف أن العصا ليست حصاناً . . ويريد أن يتعرف على حقيقتها، وعلى حقيقة الحصان كذلك . . في هذه المرحلة يحرص الفتى على جمع أكبر قدر من المعلومات . يقرأ ويستمع ويتعرف ويحب أن يباهي الآخرين بمعلوماته ومعرفته .

انقلاب عاطفي

وتنتهي هذه الفترة، ويحدث عنده انقلاب من نوع آخر . . إنه انقلاب عاطفي هذه المرة . . والخيال ينبعث على أشده مرة أخرى . . ولكنه خيال من نوع جديد . . إنه خيال وجداني مرتبط بالانقلاب العاطفي الجديد . . هائم في أحلام وعوالم مضيئة من صنع الخيال .

هذه المرحلة التي يبدأ فيها الجسم بالتغير، فيخشوشن صوت الفتى، ويرق صوت الفتاة . . هي ما نطلق عليه مرحلة المراهقة .

في هذه المرحلة:

◀ يبدأ الفتى يعلن أنه لم يعد طفلاً . . وتزداد ثقته بنفسه . . ويهتم كثيراً بمظهره . . ويحاول الابتعاد عن سلطة أبويه . . وكم من المفيد تربوياً قبول ذلك منه . . بل لا بد من تحويل العلاقة بين الأسرة والمراهق إلى علاقة صداقة . . وتكون الصداقة ألصق بين الأب وولده، وبين الأم وابنتها، ويذكر في هذا الصدد كلام سيدنا علي بن أبي طالب عليه السلام الذي قال فيه: (لاعب ابنك سبعاً، وأدبه سبعاً، وصاحبه سبعاً، ثم اترك له الحبل على الغارب)، والذي ترجمه المثل الشعبي القائل: (إن كبر ابنك خاويه) يعني: اجعله لك أحاً . . فلا يصح إجباره

على سلوك معين، ويجب أن يقل استخدام القسر والعنف معه إلى حد بعيد، ويشجع المراهق في هذه المرحلة على أن يحكي مشكلاته وهمومه ومخاوفه وما يحدث له - خصوصاً الأنثى - حيث ينبغي تعويدها من نهاية مرحلة الطفولة على أن تحكي للأم باختصار ما مر بها أثناء النهار، سواء في المدرسة أو في الشارع، ويكون التركيز على المشكلات أو تصرفات الآخرين التي أزعجتها أو الأخطاء التي ارتكبتها هي لتتعلم كيف تتصرف في مثل هذه الظروف⁽¹⁾.

◀ وتنشأ زمالات وصدقات عميقة في نطاق الأولاد والبنات كل على حدة.. ثم يصطفي الولد زميلاً له أو أكثر.. كما تصطفي البنت صديقة لها أو أكثر.. تكون بينهم مودة خاصة.. ولا بد للمربي أن ينتبه إلى حساسية المراهق من أن تفرض عليه أسرته صدقات معينة..

ومن المهم معرفة جماعة الأقران التي ينتمي إليها الفتى ونصحه في السلوكيات الخاطئة التي تسلكها مجموعة أصدقائه، أو عناصر منها، حتى يتجنب هو مثل هذا السلوك، وإذا اتضح أن هذه المجموعة منحرفة أو فيها بعض أشخاص منحرفين، فلا يصح أن تأمر المراهق - فجأة - بتجنب هذه المجموعة، فإنه لن يفعل، ولكن ينبغي تغيير الأفراد من حوله بالتدريج، وذلك بتقليل الفرص التي يلتقي فيها الأشخاص السيئين، واستهجان سلوكهم الخاطيء، وتشجيع المراهق على مصاحبة ذوي الميول الطيبة، والاهتمامات المشتركة، وتوفير فرص للقاء بين الفتى وشخص آخر جيد يشبهه في ميوله واهتماماته، وتشجيعهما على مزيد من اللقاءات والزيارات، وإقناع الفتى بأن إمكاناتهما متشابهة ولو تعاونوا معاً لجاء تعاونهما بنتيجة طيبة، سواء في المدرسة أو الرياضة أو الصداقة⁽²⁾.

◀ في هذه المرحلة يتخلص المراهق من أنانيته وتبرز عنده الرغبة بالانتماء إلى جماعات (رياضية أو سياسية أو دينية.. إلخ).

◀ وفي هذه المرحلة تزداد قوة المراهق الجسمية، ويصبح أكثر ميلاً للألعاب الرياضية وألعاب القوى.

(1) مجلة المجتمع 1998/9/29.

(2) مجلة المجتمع 1998/9/29.

◀ في هذه المرحلة تتكون في نفس الفتى القيم والمثل العليا على المستوى الجماعي.. ومهمة المربي هنا أن يلتقط الخيط ويتتبع هذه الفرصة السانحة لتثبيت تلك القيم وتقويمها إذا انحرفت.

◀ يواكب التطورات الجسمية والجنسية عند المراهق تطور في النمو الذهني والذكاء والقدرة على التفكير.

◀ يميل الفتى في هذه المرحلة إلى النقد وتغيير الأوضاع مصحوباً باقتراحات عملية في الإصلاح.. كما يميل إلى مقاومة السلطة والثورة والتمرد ضد جميع المؤسسات.

◀ مرحلة البلوغ: في هذه المرحلة المتصلة بالمراهقة.. تبرز عند الفتى والفتاة المشكلة الجنسية، فالتغيرات الجسدية التي تعلن بدء النضوج الجنسي تفرض نفسها فرضاً على الفتى المراهق والفتاة المراهقة، وتشغلها، وتشد انتباههما إلى علاقات الجنس ومشاعره، بصورة تلقائية لا يمكن تحاشيها..

الجنس مثل كل الطاقات في كيان الإنسان.. احترامها الإسلام وحض عليها.. ووضع لها الضوابط حتى لا تستبد بالإنسان وتستعبده.

يزعم فرويد حين وضع نظريته في الكبت الجنسي.. أن الكبت ينشأ عن استقذار الجنس.. وعلى الرغم من أن فرويد ألصق الكبت بالدين.. إلا أن الإسلام لا يستقذر الجنس ولا ينكره.

قال رسول الله ﷺ: «حب إلي من دنياكم: الطيب والنساء، وجعلت قرّة عيني في الصلاة»⁽¹⁾.

وقال أيضاً: «وإن في بضع أحدكم لأجرأ». قالوا: يا رسول الله! إن أحدنا ليأتي شهوته ثم يكون له عليها أجر؟ قال: «أرايتم إن وضعها في حرام، أليس عليها وزر؟ فإذا وضعها في حلال فله عليها أجر»⁽²⁾.

فالجنس طيب مأجور عليه فاعله إن أداه بحق الله...

(1) رواه أحمد (11845)، والنسائي (كتاب عشرة النساء - 3878).

(2) رواه مسلم (كتاب الزكاة - 1674).

وعليه وزر إن أذاه بالحرام.. شأن كل الطيبات الأخرى.
وعلى هذا الأساس فقد حض الإسلام الفتى والفتاة على الزواج.. وحث الجميع على تسهيل الأمور وتخفيض المهور لإحصان الشاب والشابة⁽¹⁾.
«يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء»⁽²⁾.

مشكلات المراهقة الانفعالية

معظم المشكلات التي يعاني منها المراهقون.. سببها الأسلوب الأوروبي الذي يترك الطفل وحيداً خارج عائلته يعالج مرحلة مراهقته بنفسه.. منضمماً إلى جماعات بعيداً عن أجواء البيت والأسرة.. ولقد أثبتت الدراسات أن بقاء الطفل فترة أطول في إطار الأسرة، يُجنبه الكثير من المشاكل النفسية والعاطفية والعقلية والجسدية⁽³⁾.

ومن المهم جداً للآباء والمربين أن يتفهموا الأسباب الكامنة وراء مشكلات المراهق الانفعالية. فقد يؤدي الجهل بهذه الأسباب أو إهمال النظر إليها إلى عواقب وخيمة من أبرزها حدوث التصادم بين المراهق والقائمين على تربيته. أهم هذه المشكلات:

١ - العجز عن التكيف مع البيئة

إن حساسية المراهق واضطرابه الانفعالي يرجع إلى عدم قدرته على التكيف مع بيئته. فهو يرى أن طريقة الأسرة أو المدرسة أو المجتمع في معاملته لا تتناسب مع ما وصل إليه من النضج. فهم لا يعترفون به كفرد له ذاتية مستقلة. ويفسر المراهق في هذا الإطار كل مساعدة له من قبل أبويه على أنها تدخل في أموره.. ويأخذ الاعتراض على سلوك الوالدين أشكالاً عدة منها: العناد والسلبية وعدم الاستقرار، أو الالتجاء إلى بيئة أخرى يستطيع أن يعبر فيها عن نفسه بحرية.

(1) مسلم (كتاب الزكاة).

(2) منهج التربية الإسلامية - محمد قطب 2: (196-244) باختصار.

(3) التربية البناءة للأطفال - و. د. وول، ص: 140.

٢ - العجز المالي

فهو لا يستطيع مجاراة أقرانه الذين ينفقون بدون حساب . . الأمر الذي يسبب له الضيق والانفعال .

٣ - الدافع الجنسي

فهو قد اكتمل من الناحية الجنسية . . وبدأ يعيش الأحلام العاطفية الوردية . . ومع ذلك فهو عاجز عن الزواج أو تصريف طاقته الجنسية . . ولا بد للمربي هنا من أن يأخذ بيد المراهق ليخلصه من انفعالاته أو انحرافات وتوجيهه نحو السبل الآمنة في هذه القضية الحيوية الخطيرة .

٤ - عدم تناسب النضج العقلي مع نضجه الجسمي

وثمة ظاهرة أخرى يتسبب عنها مضايقات المراهق، ذلك أن الآخرين ينتظرون منه سلوكاً ينم عن النضج، فهذا التطور والنمو الجسمي يجعلهم يتوقعون منه نضوجاً في سلوكه العقلي والاجتماعي، فإذا لم يحسن التصرف كما يريدون كان هدفاً لنقدهم . . وهذا النقد يشعره بعدم الأمان وخيبة الأمل .

٥ - تكليفه بما لا يطيق..

٦ - شعوره بعدم الاستقلال والتحرر..

كل هذه الأمور تسبب للمراهق الضيق وتزيد من انفعالاته . . ومن الضروري أن يتنبه المربون لمثل هذه الأمور فيحسنوا التعامل معها لتجنب المراهق المزيد من الانفعالات والانتكاسات⁽¹⁾ .

أهم العوامل التي تؤثر في نفسية المراهق وتزيد من مشاكله :

١ - البيت المفكك . . وقد أثبتت الدراسات النفسية أن الشجار المتعاقب في المنزل، وخاصة إذا كان الطفل محوراً للشجار، من أهم أسباب انحراف المراهق .

(1) تربية المراهق - محمد جمال الدين محفوظ، ص: (34-40) باختصار .

2 - تفضيل الأسرة للذكر على الأنثى.. أو تفضيل ولد معين على أخيه.. مما يساعد على إعاقة نمو الأبناء نمواً طبيعياً.

أهم العوامل التي تساعد المراهق على تجاوز المرحلة بسلام

- 1 - عدم تكليفه ما لا يطيق، ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ (1).
 - 2 - معاملته بالرفق والحب.
 - 3 - غرس مبادئ العقيدة والأخلاق في نفسه.
 - 4 - مصاحبته، يقول رسول الله ﷺ: «أكرموا أولادكم وأحسنوا أدبهم» (2).
- وقال بعض الحكماء: لاعب ولدك سبعاً، وأدبه سبعاً، وصاحبه سبعاً، ثم اترك حبله على غاربه.
- 5 - العدل بين الأبناء..
 - 6 - التماسك الأسري.
 - 7 - رعاية اليتيم.

السمات النفسية للمراهق (3)

١ - القلق أو الحصر النفسي

وهي حالة غاية في الألم، ترفع درجة التوتر التي تؤدي إلى اضطراب في التوازن النفسي، وعليه فإن خفض درجة القلق أو الحصر النفسي يمكن أن تلقن المراهق فيتعلم كيف يسيطر على أعصابه ويقلل من شعوره المتوتر بطبيعته، وهذا يستدعي تعليمه أنواعاً متعددة من الأساليب المختلفة التي تمكنه من التأقلم مع الأوضاع التي تثير حساسيته، أو أن يدفع عن نفسه ذلك التوتر بأسلوب دفاعي تلقائي، والذي يحدث عن طريق تصرفات لا معنى لها مثل.

حالات الإغماء:

◀ أو عجز عضوي ظاهر بدون أن يكون هناك سبب مرضي واضح، وعندما

(1) سورة البقرة، الآية: 286.

(2) ابن ماجه (كتاب الأدب - 3661).

(3) المراهقون - سمير جميل أحمد الراضي، ص: (16-27).

يشعر المراهق أنه وُضع في موضع حرج تزداد درجة توتره فيحاول أن يخرج من ذلك المأزق بطريقة دفاعية تلقائية كأن يسقط مغشياً عليه أو أن يفقد القدرة على الكلام أو المشي دون أن يكون هناك سبب مرضي واضح. . وقد وجد في كثير من الحالات أن مصدر هذه الأعراض يقع في اللاوعي، فتلك الأفكار والمشاعر هي راسخة في عقله الباطن يرفض عقله الظاهر الاعتراف بها حتى لنفسه؛ لأن ذلك الشعور بتلك المشكلات لا يمكن أن يظهر بدون آلام وتوترات حتى الهلع، وعليه فإن هذه الأعراض تخدم وتحمي وتدافع عن المراهق من الشعور بتلك المشكلات.

مثال على ذلك النسيان فنجد أن المراهق قد ينسى تماماً حادثة معينة ويصر على نسيانها لما سببته تلك الحادثة من آلام وتوترات. فحالة الدفاع التلقائي هي عبارة عن حالة يحاول فيها المراهق أن يدفع عن كاهله توترات عنيفة تصاحبها آلام عضوية أو نفسية رهيبة.

٢ - الكبت

وهي حالة يمر بها المراهق كمحاولة لتخفيف مظاهر التوتر أو إخفائها عن الآخرين، فيوظف المراهق هذا الكبت بطريقة لا شعورية، لأنها تساعد في تخفيف التوتر. . مثل: نسيان اسم شخص يكرهه، أو حادثة مؤلمة لا يرغب في تذكرها، وربما فترة في حياته ينساها لما تمثله من الألم وما يصاحبها من توترات، وعند استخدام المراهق لهذا الكبت ينتج عنه فقدان الإحساس بتلك التجربة المرعبة أو ما صاحبها من توترات وآلام. وبذلك يمكن تعريف الكبت: بأنه تلك الحالة التي تنتج عن محو حادثة معينة أو فترة زمنية معينة من حياة الفرد. ولعل الكبت أحد الأسباب التي تجعل هناك صعوبة في التعامل بين الكبار (بما فيهم الأبوين) والمراهقين، أو في الوصول إلى التآلف العاطفي وتقدير المشاعر والأحاسيس التي يحملها المراهقون وبالتالي انعدام المشاركة الوجدانية.

٣ - الإنكار

وهي محاولة بدائية من المراهق، إنكار الواقع وكأنه غير واقع، ومن الأمثلة: أن قول الشخص المشتعل غضباً أنه غير غضبان. أو المتألم أنه غير متألم.

يلجأ المراهق لهذه الحالة ليس ليدفع عن نفسه التوتر فحسب بل ليكتسب في نظر الناس نظرة أفضل مما لو باح بالحقيقة .

أو بمعنى آخر يتحمل ألماً جسماً ليدفع ألماً نفسياً . مثل الطفل الذي يتصنع الابتسامة وهو يشرب الدواء المرّ، أو يكتم ألمه عند وخزه بإبرة الدواء وذلك حتى لا يتهمه الآخرون بالجبن .

أو أن يتظاهر المراهق بواقع يختلف عن الواقع، مثل ادعائه أن والده يحبه ويحترم آراءه والواقع هو العكس . . أو الادعاء بأن أمه تقلق لغيابه والواقع هو غير ذلك .

وغالباً يكون الإنكار ناتجاً عن رغبة في نفس المراهق وأمنية أن يكون ذلك الذي يدعيه حقيقة . أي شعور بنقص عاطفي أو انعدام تألف وتقارب وجداني بين المراهق والمقربين له .

وأسوأ ما في الأمر أن يصدّق المراهق في آخر المطاف ادعاءاته . . وهذا قد يؤدي إلى ازدواجية في الشخصية .

٤ - الاستبدال أو الإحلال

وهو أن يعزو الفرد تصرفاً أو سلوكاً غير مقبول إلى غير مصدره .

ففي الإحلال يعزو المراهق السلوك المستهجن الذي ارتكبه إلى شخص آخر . أما في الاستبدال، فيتصرف الفرد تصرفاً مقبولاً ولكنه يعزوه إلى سبب غير السبب الحقيقي . فهو يخاف من أبيه مثلاً . . ولكنه ينسب خوفه إلى الظلام أو اللصوص .

٥ - التعليل المنطقي (عقلنة التصرف)

وهذه وسيلة مريحة وواسعة الاستخدام من قبل الجميع أطفالاً ومراهقين أو كباراً، وهي إعطاء الفرد تعليلاً منطقياً مقبولاً لتصرفاته أو مزاجه، وقد يكون هذا التعليل غير حقيقي وأن السبب وراء هذا التصرف لو عرف قد يؤدي إلى توتر وشعور بالذنب أو التائب .

وأشهر هذه التصرفات: الأب أو الأم يكون في حالة نفسية سيئة ويضايقه صراخ أحد أبنائه أو شجار يدور بين الأبناء ينهيه بعنف وقسوة ويعزو ذلك إلى

الدافع لهذا التصرف، محاولة تأديب الطفل وتقويم سلوكه، بينما الحقيقة أنه كان في ساعة غضب وضيق.

أو المراهق الذي يسكت على إهانة أو تحقير مدعياً بأنه فضل ذلك لعدم الدخول في المهارات والمنازعات؛ لأنه إنسان مسالم والحقيقة أنه جبن أو عجز عن الرد.

٦ - التصرف العكسي

وهو أن يتصرف الإنسان بشكل يغاير رغباته الحقيقية، إما لينال إعجاب الآخرين، أو ليلفت إليه الأنظار، أو ليعبر عن معارضته ومخالفته لمجتمع أو أمر معين. مثل ظهور الهيز في أوروبا وأمريكا فهم يتصرفون عكس ما يؤمن به المجتمع. فحيث تملأ الشوارع إعلانات الصابون والعمطور، نجد الواحد منهم لا يستحم.

٧ - الانطواء أو الانسحاب

ومعناه هروب الفرد من حالة أو ظروف أو فرد، يتوهم أنهم يمثلون تهديداً له. وخطورة هذه الحالة إذا أدت إلى شعور بالأمان والراحة مع الوحدة مما يؤدي إلى الانفصال عن المجتمع والخوف من العلاقات الاجتماعية وهروباً من كل المواقف العصبية وبالتالي تقوده إلى السلبية والانعزال.

٨ - التَّرمت والتنطع

وهي محاولة إنكار الحاجات الفطرية، لأسباب اجتماعية أو سياسية، يعيشها الشباب والمراهقون.

والإسلام لم يحارب الفطرة أو الرغبات الفطرية.. ولكنه نظمها وهذبها، وأوجد الطرق التي تمكن الفرد من إشباع تلك الرغبات بالشكل السليم..

قال رسول الله ﷺ: «هلك المتنطعون».

وقال أيضاً: «إني أتفاكم لله غير أنني أصوم وأفطر وأصلي وأرقد وأنزوجه النساء فمن رغب عن سنتي فليس مني..».

والالتزام الديني والتشدد العقائدي آفة يبتلى بها الإنسان خاصة إذا كان مراهقاً أو قليل التحصيل العلمي فهو يعتقد أن عمله هذا يقربه من الله بينما العكس هو الواقع. ولعلّ أفضل علاج لهذا هو أن نبدأ مع أبنائنا في هذا السن بقراءة السير ليتهذبوا وترق قلوبهم وتلين طباعهم. فالفاظظة والغلظة ليستا من صفات الإيمان، بل هما من صفات الجهل. ﴿وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ﴾ (109) ﴿(1)﴾.

٩ - التبني السلوكي (التقمص)

وهي عملية تتم في مراحل تطور المراهق، حيث يتخذ لنفسه نموذجاً يفكر ويشعر ويتصرف بنفس الطريقة التي يتميز بها النموذج، ورغم أن هذا المعنى يتضمن التقليد إلا أن هناك فرقاً بينهما، إذ أن التقليد عملية محاكاة لسلوك معين ولو شجع لأصبحت المحاكاة ثابتة ولو عُنف الفرد على ذلك التصرف ربما ينتهي.

أما التبني فهو عملية أكثر تعقيداً، إذ أنها محاولة لتطابق تام في رد الفعل الصادر عن المراهق، إذ يحاول أن يكون صورة متطابقة من شخص آخر محل إعجابه. بل قد يصاحب ذلك اندماج عاطفي بين الشخصيتين، كما أن التبني السلوكي مع النموذج يكون عاماً وشاملاً ومؤكداً ويحدث بطريقة لا شعورية. أما التقليد فيتم شعورياً ودون اندماج عاطفي بين المقلد والمقلد.

ولكي يحدث ذلك التبني، على الفرد أن يدرك تماماً أن النموذج قد حقق لنفسه ووصل إلى أهداف ورغبات هي نفسها التي يرغبها ذلك الفرد. مثل أن يعجب أحد المراهقين بأحد الصحابة رضوان الله عليهم فيحاول أن يتابع صفات ذلك الصحابي ويطبّقها، فإذا حدث وعُرف بين أترابه بأنه يتصرف كابن مسعود مثلاً فسوف يشجعه على الاستمرار بحماس وتصميم.

معرفة الذات

اختلف المفكرون في تعريف الذات.. فقال بعضهم: (الذات تتحدث عن نفسها في مجموعة من الدلالات) ومعنى هذا أن الشعور بالذات يختلف من

(1) سورة آل عمران، الآية: 159.

شخص لآخر، وهذا يؤثر على ثقة الشخص بنفسه ومدى شعوره بذاته. فمن لديه شعور قوي بالذات يرى نفسه كفرد متميز كوحدة مستقلة عن غيره رغم أنه يشاركهم نفس القيم والأهداف والتطلعات، غير أن هذا الشعور بتمايز الذات يصاحبه شعور بالحاجة إلى الكل، والشعور بالجماعية أي: الشعور بالوحدة كجزء من كل، والشعور بالتفرد كجزء متميز عن غيره من الأجزاء. والمراهق الذي يصل إلى مرحلة تكوين الذات فيتوازن لديه حب الذات وحب الآخرين فلا يطغى الأول بحيث يصبح أنانياً ولا يطغى الثاني بحيث يصبح إمعة ولا يصل لمرحلة الثقة بالنفس لدرجة الغرور أو الاتكال على المجموعة إلى درجة التخاذل وأن المراهق إذا دخل الإيمان في قلبه وأصبح على عقيدة سوية يمكنه أن يجتاز هذه المرحلة بسلام.

إن وصول الفرد إلى معرفة ذاته واضطراب الذات إنما يتم في فترة المراهقة ففي هذه المرحلة يحدث تطور كبير جسدي ونفسي وذهني يدفع الفرد للبحث عن ذاته.. في هذه المرحلة يصبح للمحيطين بالمراهق درجة كبيرة في التأثير عليه وعلى تكوين ذاته ومن هنا يأتي قول الرسول ﷺ: «مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالْجَلِيسِ السَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمَسْكِ وَنَافِخِ الْكَبِيرِ، فَحَامِلِ الْمَسْكِ إِمَّا أَنْ يَهْدِيكَ وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحاً طَيِّبَةً، وَنَافِخِ الْكَبِيرِ إِمَّا أَنْ يَحْرِقَ ثِيَابَكَ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحاً خَبِيثَةً».

مخلاصة الفصل الحادي عشر

مرحلة المراهقة

◀ لا يكاد الفتى يعرف نفسه .

◀ من الخيال إلى الواقع .

انقلاب عاطفي

◀ تغير الجسم والعناية بالمظهر .

◀ ازدياد الثقة بالنفس .

◀ الابتعاد عن سلطة أبيه .

◀ الاهتمام بالصدقات .

◀ دور الأسرة .

◀ تقل الأنا وترتفع الغيرة .

◀ المثل العليا .

◀ الكبت الجنسي .

◀ النقد وتغيير الأوضاع .

مشاكل المراهق الانفعالية

◀ العجز عن التكيف مع البيئة، العجز المالي، الدافع الجنسي، عدم

توازن نضجه العقلي مع نضجه الجسمي، تكليفه ما لا يطيق، شعوره بعدم الاستقلالية .

عوامل تزيد من مشاكل المراهق

◀ البيت المفكك .

◀ تفضيل الذكر على الأنثى

عوامل تساعد المراهق

- ◀ عدم تكليفه ما لا يطيق .
- ◀ معاملته بالحب .
- ◀ غرس مبادئ العقيدة .
- ◀ مصاحبته .
- ◀ العدل بين الأبناء .
- ◀ التماسك الأسري .
- ◀ رعاية المجتمع .
- السّمات النفسية للمراهق
- ◀ الكبت .
- ◀ الإنكار .
- ◀ التعليل المنطقي .
- ◀ التصرف العكسي .
- ◀ الانطواء .
- ◀ التزمت .
- ◀ التقمص .
- ◀ معرفة الذات .

